

# Bolitas de Almendras, Pasas y Canela

Sirve: 6 Porciones

## Ingredientes

1 taza almendras

1 taza pasas

1 cucharadita canela

## Preparación

1. Enjuague las pasas y las almendras con agua.
2. Revuélvalas en el procesador de alimentos con la canela. Cuando estén bien mezcladas, forme con la mezcla bolitas o barras.

University of Wyoming Cent\$ible Nutrition Program [http://www.uwyo.edu/cent\\$ible](http://www.uwyo.edu/cent$ible)

### Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad
<b>Calorías</b>	<b>232</b>
<b>Grasa total</b>	<b>15 g</b>
Grasa saturada	1 g
Colesterol	0 mg
<b>Sodio</b>	<b>91 mg</b>
<b>Total de Carbohidrato</b>	<b>24 g</b>
Fibra dietetica	4 g
Azúcares totales	16 g
Azúcares Añadidas incluidas	0 g
<b>Proteínas</b>	<b>6 g</b>
Vitamina D	0 mcg
Calcio	93 mg
Hierro	1 mg
Potasio	366 mg
N/A - Información no está disponible	
<b>MiPlato Grupos de Alimentos</b>	
 Frutas	1/4 taza
 Alimentos que contienen	2 onzas